



第 10 号
発行:金武町教育委員会
住所:〒904-1293 沖縄県
国頭郡金武町字金武7758
TEL:098-968-2991
FAX:098-968-4963
E-mail:yukio_g@town.kin.okinawa.jp

町内小学校・中学校 の取組や活動

『嘉芸小学校便り(嘉芸っ子)から』 家庭学習習慣化強化 期間の取り組み

日曜授業参観には、大勢御参加頂き、子どもたちと「わたしの生活時間表」をつくって頂きありがとうございます。親子でわが家の生活リズムの確認にもなったかと思えます。どの子の生活時間表にも組み込まれておりましたが、五、六月は家庭学習と学力達成の相関は高く、学校での学習を定着させるには、家庭での学習が大きな力になっています。幸いにも本校では、子ども達が「嘉芸っ子ががんばり

ノート」で生き生きと家庭学習に取り組んでいます。「習慣化」にあたって次の事をご家庭でも確認して子どもたちへ「確かな学力」をつけていきましょう。
○家庭学習時間のめやす

- 低学年 二十分以上
- 中学年 四十分以上
- 高学年 六十分以上

- 家庭学習五つのポイント
- 一、毎日時間を決める(○時△分×○時△分)
 - 二、机の上と周囲をきれいにし、必要なものをきちんとそろえる
 - 三、始めたら、決めた時間は立ち歩かない

- 四、姿勢を正しくする(鉛筆の持ち方に気をつける)
- 五、途中でテレビをつけない(おやつはたべない)

地域ぐるみで六・三〇運動を展開し、自主的な学習の習慣を身につけさせるよう学校・家庭・地域の皆様が連携を深めながら嘉芸っ子を健やかにはぐくんでいきましょう。

『金武小学校便り(啐啄同時)から』 禁煙指導

五月二十八日(木)
今年も五・六年生を対象に禁煙指導が実施されました。石川署の少年課、少年係の天願亮子さんを講師にタバコが体に及ぼす害についてプレゼンテーションを取り入れながらの講話となりました。
好奇心から、友だちや先輩に勧められ試しにと吸い始めたが、



いつの間にか止められなくなる。これがニコチン中毒の怖いところです。薬物・シンナーも同様でこの点が怖いところです。薬物・シンナーに至るまでの順序としてタバコからのスタートが多いとのこと。日々、心身共に成長している児童にとってタバコの害は大人とは比較にならないほど害を与えます。学校をはじめ身近な大人が「絶対だめ！」のメッセージとして伝え続けることが重要です。

『中川小学校便り(中川つ子)から』

☆登校見守り あいさつ運動、
ありがとうございます。

校門前で、子ども達の安全登校の見守り、あいさつ運動に取り組んでいらっしゃる方々をご紹介します。

糸村昌助さん、大城幸子さん、比嘉幾子さん、仲間正子さん、前原富士子さん、仲間恵子さん、のみなさんです。

朝早くからの活動、ありがとうございます。

☆教材園の耕耘、
ありがとうございます。

梅雨の中休みの六月一日、花壇と田んぼを耕やしました。奉仕作業をしてくださった方は、幼稚園の知花駿君のお父さんの知花保洋さんです。狭い土地で、トラクターで耕耘することは難しい作業でしたが、丁寧に耕して下さいました。ありがとうございました。

草花や稲を植えて育てるのが楽しみです。

☆ウキウキ、ワクワク、ドキドキ、ハラハラ 子育て

その②

(子どもの生活リズム)

①「早寝、早起き、朝ごはん、歯磨き、朝の排便」……「早起きは三文の徳」「寝る子は育つ」、昔からよく言われています。

②子どもの健やかな成長のために、睡眠は大切です。……大人の夜型社会に子ども達を巻き込まないようにしましょう。
③一日のスタートは朝食から……体全体に、午前中に必要なエネルギーを補給します。

(しつけ・子どもの非行)

①子どもが相談したくなる親はどこが違うんだろう……話をじっくり聞く。同じ目の高さで考える。深い関心を払う。
②子どもはSOSがうまく言えない。

ない。……身体的なサインが出る場合がある。腹痛、頭痛、下痢、発熱など。

③ずいぶん厳しく叱られたけど、今はそれに感謝しています。

……まちがった行為は、どうしてよくないのか道理を話してしっかり叱る。

④感情にまかせて怒ることと嫉は違う。……「そう言われたら子どもはどう感じるだろうか。」「子どもはどう受け止めるだろうか」と考えて叱る。

⑤酒・たばこぐらいはたいしたことはない、と思っていられる。……身体に大きな害がある。未成年時からの喫煙はガンを多く病気のもとになる。

⑥少し反抗したり、言うことを聞かないのは子どもの自立が始まった証拠……ある意味、正常に成長している一つの証。客観的に見ることも大切です。

*** 戦後64年 本校大先輩の
我謝憲勇さんを招き
平和学習 ***

慰霊の日の前日六月二十二日(月)、本区出身で現在は北谷町にお住まいの我謝憲勇さん(八〇歳)を招いての平和学習会を全児童参加のもと、多目的ホールで行いました。

我謝さんは戦争前に、戦争に参加する教育を受け、「欲しがりません、勝つまでは」のキャッチフレーズのもと、ただでさえ貧しい生活の中、生活の中の物資のほとんどを戦争に協力するという名のもとに徴用されたことの例としていくつかのことを話してくださいました。

当山久三さんの銅像や蚊帳(かや)の小さな金具までも貴重な金属として軍に提供したそうで



す。そして、貧しい生活の中では、トイレットペーパーの変わりにユウナの木の葉を使ったことやフンドシ(昔の男子の肌着)を着た状態でタオルやハンカチの代用品として用いたことなども話してくださいました。

また、戦争末期の本校区には、中部の西海岸地域の読谷村や恩納村、嘉手納町からの避難民で約二万人の人が生活していて、豚小屋も掃除して住まいとして提供したそうです。我謝さんの家には、四十五世帯の家族が住んでいたようです。「戦争はとも嫌なこと。絶対に二度あってはならない。」と児童たちに強くお話をさいました。

児童達は、途中で質問するなど熱心に聞き入っていました。会場の多目的ホールには、金武町史編纂室のお計らいで、金武町関係の戦没者千五百三名の方々の全氏名を記したパネルも展示しました。児童達は戦争で亡くなった方達の多さにびっくりしていました。

なお、この学習会のことは六月二十三日(慰霊の日)琉球新報にも掲載されました。

紙面の関係上、みだしとリード文のみを転載し、本文は省略します。

忘れない 命の尊さ

戦没者氏名に

瞳 食い入り

中川小に金武町版「礎」

【金武】沖縄戦を知り、平和を希求する心を育てようと金武町の中川小学校は二十二日、中川区出身の戦争体験者、我謝憲勇さん(八〇)を招き平和学習会を開いた。教室には町内の戦没者名をパネルにした「金武町版平和の礎」も掲示された。児童ら約八〇人は真剣な表情で我謝さんの話に聞き入り、パネルを見つめ、沖縄戦を学んだ。



「金武中学校便り(雄飛)から」
金武町戦没者追悼式

誓いの言葉

生徒会長 池原 倫

あの長く、苦しい沖縄戦から今年で六十四年という月日が流れました。しかし、今でも不発弾などの戦火の傷跡が沖縄戦のあらゆる所に点在し、住民を苦しめています。

この金武町でも千五百名という尊い命が沖縄戦で失われ、県全域では九万人という多くの県民の命が奪われました。

また、その中にひめゆり学徒隊などをはじめとする、多くの学生や子供が兵士となって戦場に連れて行かれたり、防空壕の中で人がの手当をしたりなど、とてもひどい状況だったと聞きました。

実際に私の祖母も首里高等女学校の一人として、兵士の手当をしたり、ご飯を作ったり、水をくんだりなどの世話で大変

だったそうです。また、水を汲んでいるときに、米軍の銃弾でけがを負い、今でも弾の破片が体の中に残っているそうです。

「どうせ死ぬなら壕の中がいい。」と思い、壕の中に戻った所、学友達に会い、その後米軍の捕虜となり生き延びたそうです。今私がここに立っているのも祖母が戦火をまぬがれ生き延びたお陰だと思えます。

私は、毎年慰霊の日には平和行進に参加しています。戦争の時はこの上空に銃弾が飛び交い、いつ、どこで殺されるか分からない状況で毎日この距離を歩いていたと聞きました。戦争というのがどれほど恐ろしいのかというのを、私は、毎年この行進に参加するたびに改めて考えさせられます。

戦争というものは多くの尊い命を奪い人を人でなくしてしまふという一番恐ろしく、あってはならないものだと思います。今、また、世界中のどこかで

内戦や紛争などで苦しんでいる人たちがいます。その人たちが

笑顔になれるようこの世界から戦争というものがなくなり、平

和がおとずれることを願い、あ

朝ごはんはなぜ大切か

新学期に、全国学校栄養士協議会からの依頼を受けて、金武小学校の五年生を対象に、朝ごはんの調査を行いました。その結果、朝ごはんを毎日食べるが八十八%、時々食べるが十二%、食べないが〇%でした。

内容については、主食のみが三十五%、主食と汁が十二%、主食とおかずが五十一%、おかずだけが二%となっていました。幸い、食べないは〇%でしたが、毎日食べている児童の中には、おにぎりだけ、菓子パンだけというのもあり、内容の面から問題が見られます。

では、どのように、摂った

方がいいのでしょうか。まず主食のみの人は、おかずを一品つけたり、具たくさんのみそ汁や、スープをつけたり、乳製品や果物をつけるのもいいですね。

主食と汁、主食とおかずの人は、主菜（肉や魚、卵など）と福菜（野菜や果物）をそろえて、バランスのよい、朝ごはんを目指してほしいと思います。

私たちが、食事をする目的の一つは、エネルギーを補給することです。栄養素の中で、エネルギーになるのが糖質です。一回の食事で、肝臓には約五十gのグリコーゲンが貯えられますが、一日に約百四十gが必要なので、一日三回の食事が必要になります。だから、朝ごはんを

食べないと脳の中のエネルギーは少なくなって働くことができないので、筋肉を分解して、糖質を作り、脳や血液のエネルギーにしています。

このような状態になると、落ち着きや、集中力がなくなったりするので、学習などに支障をきたし、成績が低下することになります。このように朝ごはんをしっかりと食べないと、イライラして、キレやす

いとも言われています。朝ごはんをバランスよく食べる事は、心身共に健康的に過ごせる為に大切なことなのです。



金武町内小学校

運動部活動指導者連絡会

会場 金武町教育委員会

日時 七月十三日午後七時

『町内の小学校児童を対象とするスポーツ指導者が集い、指導の諸問題に対し意見を交換し、相互の連携強化と町内児童の指導の充実を図る』という趣旨のもと、夏休み前に町内運動部活動指導者と町内小学校の校長・教



頭が集まり、連絡協議会が行われました。

日頃ご指導頂いているお陰で体力テストの八種目中、どの学年も県平均を上回りました。

特に五年女子や六年男女は、七種目が県平均を上回っています。それと、上体起こしや二十メートルシャトルランについては、全ての学年が県平均を上回る結果が出ています。

教育長は挨拶の中で、知・徳・体のバランスのとれた児童生徒に育成するのが、地域や学校と教育委員会の責務であると話されていきました。

これまでのご指導に對しまして心より感謝申し上げます。

ところで、学習面の現状は標準学力調査の結果から見ますと、全国の教科・学年において全国との

開きが十ポイント以上あります。

この現状を改善するために、教育委員会は、今年度より教員免許を有している特別支援教育支援員と学習支援員で夏休み、基礎学力定着や受験希望対象者の補習授業計画を各校に計画させています。

そのために、今回金武町小学校運動部指導者の方々の理解と協力を得て、補習授業の充実を図りたいと思います、同連絡会を開催致しました。

教育委員会では、今後の学力向上対策も含めて、次のようなことについてお願いしました。

町として共通で指導して欲しいこと

①部活動を通して学習指導

【家庭学習の習慣化】

○家庭学習する時間の確保

○家庭学習の奨励(チェック等)

②部活動を通して生活指導

【健全育成】

○あいさつ指導

○自主的に活動を行う

(父母会の協力)

○練習前後の指導

(お菓子をもって練習に行かない・買い食いをしない等)

○時間厳守(集合時間・練習の始まり終わり等)

③活動の時間

以上の事柄について共通理解を図りたいと、担当主事の方から説明をさせて頂きました。

意見交換から

○夏休み中は部活動の前に、宿題や家庭学習を終わらせてから活動場所に行くように指導している。

○学校は監督と情報を密にして協力関係を持つ。

○子どもの成長のためには、みんなの協力が大切。

○教育委員会広報「くくむ」でも折に触れ、部活動の充実や家庭学習の充実等々を図るべく、地域への理解や協力が得られるようにしたいと思います。

○父母会の会長も今回の連絡会に呼ぶべきだった。

- 部活動は五時スタートにして
いるが、居残り学習等で遅れ
てくる子には、日頃の学習態
度も含めて指導している。
- 陸上部では野球やバレー部等
他の部の子も指導している。
小さい頃から走ることに興味
を持たせ、他のスポーツにも
つななればと思っている。
- 部活動については、保護者へ
目的、家庭学習について説明
し、理解や協力を得ている。
- 土曜日・日曜日の試合で宿題
が出来ないという子もいるが、
同じ部員で出来ている子もいる。
- 上級生と下級生との関わりで
身体や家庭の事で言われ傷つ
いている子もいる。言っている本
人はちやかかしているぐらいの気
持ちなのかも知れないが、言葉
かけについては学校でも気をつ
けているが、部活動においても
心にとめて指導して欲しい。
- 保護者会会長からも呼びかけ
てもらった方がよいと思う。
- 夏休みの補習授業については

- 三者面談で説明し、参加を呼
びかけている。対象になっ
ていない家庭も希望している。
- 一時間勉強させてから部活動
に行かせている。
- 教育委員会としては、夜間も
学校や学級を開放し、受験生
対象の集中ゼミナールが開け
るよう考えていく。
- 七時には帰宅できるようにし
て欲しい。
- 仕事の関係で対応が厳しい。
等々色々な意見や情報を交換
することが出来ました。
- 他にもたくさん意見をいた
だきましたが、紙面の都合上、
意見の内容や情報を整理のうえ
掲載させていただきました。(一
部は割愛させていただきました。
悪しからずご了承下さい。)
- 今回の連絡会で指導者の方々
の熱い思いを知り、大変心強く
思いました。これまでの皆さん
のご指導が子どもたちの心身に
健全に寄与しているものと考え、
改めて感謝申し上げます。

各学校に分かれての情報交換
では、夏季休業中の活動時間と
補習授業との調整、一学期の様
子について双方からの情報や意
見が交わされました。

家庭学習の習慣化、生活習慣
の確立が基礎学力の定着に大切
な課題であると皆さんで確認で
きたと思っています。

指導者に対して一目置いてい
る子どもたちは、指導者の方々か
ら「宿題は終わったか」「よく頑
張ったね」と声をかけてもらうだ
けでもかなり違うと思います。

あいさつも大切な指導事項で
す。「おはようございます」「こ
んにちは」と声を発することは
相手に対して心を開いているこ
とだと私は考えています。嬉し
いじゃありませんか、こちらか
も相手に対して「おはようござ
います」「こんにちは」と気持ち
よく返そうではありませんか。

新聞の記録から

『沖縄東躍進V』という見出

- しが目に入り読んでみました。
- 昨年サッカー地区大会一回
戦敗退から、県準優勝に躍進し
た沖縄東。今回のこの躍進に
つながったのは、久田昭太監督、
山川主将ともに「オフ・ザ・ピッ
チ」という言葉と強調していた
そうです。ピッチの外、普段の
生活から中学生として模範的な
行動を心掛け、機敏な行動、周
囲への感謝を徹底したのが
「チームワークにつながった」
と山川主将。久田監督は「あき
らめずにやり抜いた」と評価し
ています。直接的には技術の
向上や戦力アップにつながるな
いようですが、こういう心掛け
が、練習の姿勢にも良い変化を
もたらし、試合の時のねばり強
さ等につながったのではないか
と私は思いました。
- 金武町の児童・生徒諸君！「あ
のチームは素晴らしい」と地域
の方々から認められるあるいは
金武町の誇りと思われる部員に
なりましょう。

人事異動



学校教育課 主幹
仲 間 賢 三

教育委員新体制

- 教育委員長 前田健次
任期：平成20年4月4日～平成24年4月3日
- 委員長職務代理者 伊芸裕美子
任期：平成19年6月21日～平成23年6月20日
- 教育委員 糸村昌助
任期：平成18年12月20日～平成22年12月19日
- 教育委員長 宮里武克（新）
任期：平成21年6月26日～平成24年6月25日
- 教育長 仲間 一（二期目）
任期：平成21年6月26日～平成24年6月25日
- 任期満了
旧教育委員 宮里輝光

平成二十一年度 金武町立小・中学校 学校評議員委嘱状交付式

七月三日に教育委員会にて交付式が行われました。

委嘱状交付式のと、学校評議員の方々から色々な意見がございましたが、その中で、家庭学習や家庭読書に係る有線放送について「放送の時間帯が、幼児児童の就寝を妨げているのではないか、果たして必要なのか」等々の意見がございました。

そこで、金武町教育委員会は夏季休業中は放送の中止を決めました。今後、有線放送の活用について審議し、夏季休業以降の放送について考えたいと思っています。どうぞご了承下さい。

学校評議員について
学校が地域住民の信頼に応え、家庭や地域と連携協力して一体となって子どもの健やかな成長を図っていくためには、今後、より一層地域に開かれた学校作りを推進していく必要がある。

こうした開かれた学校を一層推進していくため、保護者や地域住民等の意向を把握・反映し、その協力を得るとともに、学校運営の状況等を周知するなど学校としての説明責任を果たしていく観点から、省令において新たに規定を設け、学校や地域の実情に応じて、その設置者の判断により、学校に学校評議員を置くことができる。

金武町少年少女合唱団 の沖縄ホームソング

金武町少年少女合唱団が歌う『沖縄ホームソング』が、八月・九月に琉球放送（RBC）のチャンネルで放映されるそうです。どうぞご覧になって下さい。



教育相談室より

生命の教育 七つの心得

- 一、子どもに宿る善性を信じ、これを引き出し伸ばし、育てます。
- 二、どの子の個性も尊重し、この世に生まれた使命を生かします。
- 三、よい習慣をしつづけて、正しいしつけといたします。
- 四、問題の子どもは心の病気実は優秀時の仮の姿と、観方を一転します。
- 五、親が変われば子が変わる。何よりもまず、明るい家庭をつくります。
- 六、いつもニコニコ、やさしいコトバ、認めてほめて、たたえます。
- 七、花咲くことを疑わず、信じて気ながに育てます。

◎生命の教育

平成二十一年四月号

学校施設の耐震化改修計画

1. 計画の要旨

学校施設は児童生徒等にとって一日の大半を過ごす学習・生活の場であるとともに、地域住民にとっては災害発生時の避難場所となり、防災拠点としても重要な役割を担うなど、その安全性の確保は極めて重要となっています。

将来、起こりえるかも知れぬ大規模地震に備え、耐震性が低いとされている昭和56年以前の建物の耐震化改修を図るため改築工事を計画的に推進していきます。

2. 計画の期間

平成21年度～平成26年度



3. 計画の対象施設（年次計画表）

学校名	施設名	建築年度	耐震優先度調査	事業計画内容	事業計画年度(工事)	備考
金武小学校	管理・特別教室棟 図書館棟	S. 48 S. 42	① ②	改築 取壊し	平成21年度 平成22年度	管理棟内に 図書館を建設
嘉芸小学校	管理・特別教室棟 体育館	S. 51 S. 42	⑤ ⑤	改築 改築	平成22年度 平成24年度	
中川小学校	普通教室棟 体育館	S. 53 S. 53	⑤ ⑤	改築 改築	平成25年度 平成26年度	
金武中学校	体育館 特別教室棟(南側)	S. 50 S. 55	④ ⑤	改築 改築	平成23年度 平成23年度	
金武幼稚園	園舎	S. 50	⑤	改築	平成21年度	実施中
嘉芸幼稚園	園舎 倉庫	S. 56 S. 44	⑤ ④	改築 取壊し	平成23年度 平成23年度	
中川幼稚園	園舎	S. 53	⑤	改築	平成25年度	

※耐震優先度調査は主にコンクリート強度と鉄筋の腐食状態を調査して点数表示。

※改築＝新築

4. 計画の目標

計画対象施設の12棟について、改築工事を実施することで耐震化を図り、平成26年度までに耐震化率100%とし安全で安心な教育環境の整備実施を目標とします。

年次計画については、設計内容の見直しや補助事業の計画変更等により変動する可能性があります。

5. 計画の重点項目

改築工事の実施については工事計画年度の前年度までに実施設計と対象建物の耐力度調査を実施し、補助事業として整備するものである。

金武町公民館連絡協議会による 平和学習・沖縄戦「戦跡めぐり」



▲ 北谷町海岸（米軍の上陸の説明）



▲ 宜野湾市嘉数高台（米軍の上陸の説明）

▼ 宜野湾市嘉数高台（日本軍射撃穴）



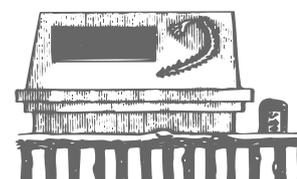
沖縄戦の悲惨な戦争体験を若い世代に語り継ごうと、慰霊の日を前に、5地区公民館と中央公民館の共催により、6月6日（土）金武町内の小学6年を対象とした平和学習を実施しました。

若い世代の平和学習のねらいとして、米軍が本島上陸から南部を占領する経路を実際に現場に行き、講師の嘉数義光さんの語りから戦争の惨劇と命の尊さを学びました。

北谷町海岸では、米軍が本島へ上陸した場所を確認、宜野湾市の嘉数高台にあがり、日本軍の射撃部屋や米軍との銃弾跡を見学、南城市の糸数壕と南風原陸軍病院跡の壕内を歩き、最後は糸満市の平和資料館を見学しました。



▲ 南城市糸数壕（入壕前の説明）



平成21年6月19日（金）～21日（日）に全九州高等学校総合体育大会フェンシング競技大会が、金武町立体育館にて行われました。選手、監督、役員、約160人を迎え熱い熱戦が繰りひろげられ、女子では宜野座高等学校が沖縄県代表として出場しました。

また、平成22年度全国高等学校総合体育大会フェンシング競技大会は来年7月28日～8月1日に金武町立体育館にて行われます。

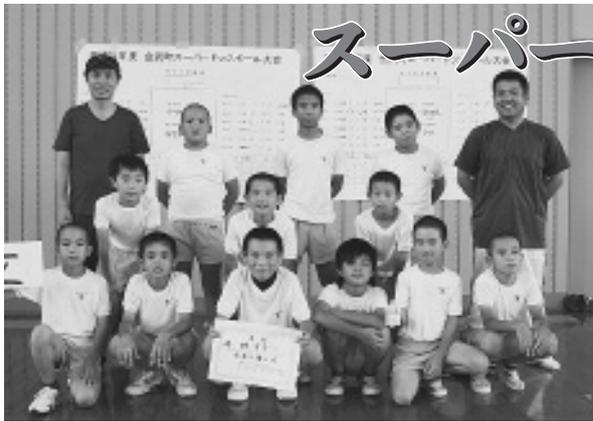
この大会は第56回目にして初の沖縄県での開催となっています。町民あげて大会を盛り上げていきましょう！

全九州高校総体

フェンシング競技大会



スーパードッジボール大会



男子優勝・一区チーム



女子優勝・四区チーム

去った六月二十八日（日）スーパードッジボール大会がありました。各区の子ども達が激戦をくりひろげ、とても盛り上がった大会でした。

今回、優勝したチームは冬に行われる県のスーパードッジボール大会に参加します。金武町代表としてがんばってください。

第20回 金武町児童陸上競技大会



5年生女子4×100MR (金武メダリスト)
左から前泊奈岐さん、又吉倭子さん
伊地知美妃さん、仲田梨乃さん



6年生女子4×100MR (スマイル・キッズ)
左から真栄平美咲さん、伊芸さくらさん
大城優希乃さん、下地久美重さん

平成21年 6月23日 (火) に青空の下、町営グラウンドで第20回金武町児童陸上競技大会が開催されました。

グラウンドでは子供達の熱気があふれ、今回は新記録が下記のとおり 4 種目でました。



3年生男子100M
左から高原颯馬くん、仲田憲汰くん

新 記 録

No.	学 年	性 別	種 目	氏 名	記 録	学 校 名
1	3 年	男 子	100M	嵩 原 颯 馬	16" 01	金 武 小
2				仲 田 憲 汰	16" 55	金 武 小
3	6 年	女 子	100M	伊 芸 さくら	14" 82	金 武 小
4				下 地 久美重	15" 00	金 武 小
5	5 年	女 子	4 × 100MR	前 泊 奈 岐	62" 80	金 武 小
6				又 吉 倭 子		
7				伊 地 知 美 妃		
8				仲 田 梨 乃		
9	6 年	女 子	4 × 100MR	真 栄 平 美 咲	59" 73	金 武 小
10				伊 芸 さくら		
11				大 城 優 希 乃		
12				下 地 久美重		

福岡大学教授・田中宏暁氏による講演会

六月五日（金）午後七時より町立中央公民館大ホールで、一般の方を対象に「ニコニコペー又健康づくり・メタボはあらたな出发点」と題し、福岡大学・スポーツ科学部教授、田中宏暁氏を招き講演会を行いました。

内臓に脂肪が蓄積した肥満を内臓脂肪型肥満といい、これをメタボリックシンドロームと呼んでいます。が、動脈硬化等の生活習慣病を引き起こす原因となり、今日ではメタボリックシンドロームを予防することが重要となり、田中教授は運動方法、食事のバランスを中心とした健康づくりについて話されました。

会場では、無理なく楽しみながらできるジョギング法や実際に踏み台を使ったオリジナルトレーニングなど、ユーモアをとりいれながら説明され、来場者も興味・関心をもって聞いて

ていました。

当たり前のことですが過食をおさえ運動することが、メタボリックシンドロームの予防の近道だと田中教授は説明されています。

田中教授自身も肥満体型であったのですが、スポーツ学を指導していることもあり「これではまずい」という思いから徐々にジョギングを始め、体重も二十キロ弱落し、現在ではマラソン三時間台を切るランナーに変身されています。



ワイヤレス補聴システム (磁器ループ) の貸し出しについて



町立中央公民館では、ワイヤレス補聴システム（磁器ループ）を貸し出ししております。ご利用希望の方はお気軽に町立中央公民館（Tel：968-2992）までご連絡ください。（写真 左・送信機 右・受信機）

編集後記

夏季休業に入りました。今年も、学校や公民館等で補習授業を計画しています。

① 個々の力をよく知ること。
② 個々のレベルにあった教材や資料を用意すること。
③ けじめのある補習授業であること。そのためには（忘れ物をしない。予習・復習をする。始めと終わりの挨拶を忘れないこと。以上の事柄を守ることがけじめのある授業と考える）

以上の三つ①～③を補習授業の柱として進めるよう各学校にはお願いしております。

金武町幼児・児童・生徒のみなさんが健康・安全に注意し、楽しく充実した夏休みになることを心より願っています。